

附錄一：熱情開放問卷之編製

由於目前國內尚無有關熱情的量表，因此本研究擬透過開放式問卷了解國內受試者的熱情概念，進而編製國內熱情量表。

一、開放問卷的編製

本研究熱情的開放問卷主要內容包括：以「自身熱情經驗」回答使受試者產生熱情的活動為何，並列舉活動中表現出的行為、感受、想法和態度；以「有熱情的人」回答他表現出的行為、感受、想法和態度；「熱情與激情」的差異為何；以及「passion」中文譯辭為何(見附錄一)。

二、問卷施測

於民國 93 年 11 月間，以研究者的人際網絡進行開放問卷的填答，調查對象包括：大學生、研究生、教師、上班族等等，施測時間沒有限制，共回收 112 份問卷，之後分別就問卷的答題反應加以量化統計並予以排列。

三、資料分析

首先將回收問卷的答題反應，逐一輸入電腦，進行統計排序。參照 Vallerand 等人(2003)對大學生熱情活動的分類方式將熱情活動分為個人活動、團體活動、被動休閒、主動音樂、閱讀、動態藝術、工作／教育、人際關係，並針對熱情的行為、感受、想法、態度加以分類。

四、結果與討論

由受試者對自身的熱情活動經驗(詳見表 1)，以及對有熱情的人所表現出在熱情活動中的行為、感受、想法、態度(詳見表 2)得知，對於自身的熱情活動經驗，多以行為、感受描述，而對於他人則有較多的態度方面描述。然而從這些描

述中發現，一般人對於熱情概念指涉為何反應不一。

而受試者對熱情與激情的回答反應如表 4 所示，一般人多將熱情與激情視為程度不同甚至是對立的兩個概念，例如熱情是持續的，激情是短暫的；熱情是理性的，激情是非理性的。對於熱情概念多以正向形容詞描述，相對地，對於激情概念則有較多的負向形容詞。因此可知，一般人對熱情的認知較激情正向。此外對 passion 一詞，受試者反應翻譯為熱情者較多(詳見表 5)，由此可見一般人對 passion 的認知傾向為正向概念。

綜合上述結果與討論，國內受試者對於熱情概念的認知傾向正面且廣泛。然而以 Vallerand 等人(2003)對熱情活動的雙重取向概念，似乎無法將開放問卷結果聚焦為和諧性熱情與強迫性熱情。因此，本研究決定採用 Vallerand 等人(2003)的熱情量表，檢驗國內受試者對於熱情的概念是否與國外研究一致，進而探討熱情概念在教學活動和輔導活動領域的適用性。

表 1. 熱情活動

活動	活動類型	參與人數
個人運動／活動	購物、旅行、養寵物、家務、烹飪、打電動、上網、跳舞、減肥運動、游泳、性行為、喝酒、裝年輕	33
團體運動／活動	球類活動、團體比賽、唱 KTV、帶營隊、社團活動(顧攤位)、參加 party、宗教活動、選舉	56
被動休閒	聽音樂、看電影、看表演、看電視、看球賽、看新奇事物	26
主動音樂	演奏樂器	2
閱讀	閱讀	1
動態藝術	寫作、說故事、表演活動、占星	4
工作／教育	研究、工作、考試、上課、教書	8
人際關係	與朋友、家人、情人相聚、聯誼	12

表 2. 自己在熱情活動中的行為、感受、想法、態度

表現熱情的行為	次數
1. 投入活動(排隊、組後援會、加油、趕場、加入比賽、組球隊)	28
2. 分享(找人同樂、與人交談、尋找志同道合、推廣活動、傳承)	24
3. 瘋狂舉動(大叫、大笑、大聲說話)	24
4. 付出/犧牲(金錢、時間、體力、娛樂)	15
5. 注意相關訊息(看書、看比賽、目標對象)	12
6. 易與人相處(融入團體、去熟悉他人、對他人溫柔)	9
7. 重複/持續行為(看重播、再參與)	8
8. 主動幫忙(服務他人)	7
9. 熬夜不睡覺	7
10. 勤勞(不缺席、練習、準時)	6
11. 表現情緒(想法、能力)	6
12. 設定自我挑戰目標(增強自己)	4
13. 身體擺動(肢體行為較大)	4
14. 購買相關物品	3
15. 與人合作(為共同目標努力)	3
16. 發洩行為(滿足動機)	3
17. 事先計畫	2
18. 勇於嘗試(表現)	2
19. 不想做其他事	2
20. 做作	2
21. 說服他人參與	1
22. 互相學習	1
23. 有效率的行為	1
24. 與目標物對話	1
25. 歡呼(掌聲鼓勵)	1
26. 搞笑(開玩笑)	1
27. 吃不下東西	1
28. 與人爭辯	1
29. 責罵他人	1
表現熱情的感受	次數
1. 喜悅(高興、快樂、好心情、愉快、開心、雀躍、滿足、幸福)	45
2. 興奮(high、亢奮、熱血沸騰、心跳加速)不覺得辛苦	41
3. 不覺得辛苦	13
4. 有活力(精力旺盛、有精神)	12
5. 放鬆(輕鬆、自在、舒服、不拘謹)	11
6. 成就感	9

7. 忘我(神馳感)	8
8. 沮喪(難過、挫折、悶、落寞、失落、失望)	7
9. 緊張(焦慮、害怕、擔心)	7
10. 爽(棒、發洩的快感)	6
11. 情緒起伏大	6
12. 瘋狂(不顧一切、激動)	6
13. 好玩(有趣)	4
14. 享受(盡興)	4
15. 驕傲(得意)	4
16. 感動	3
17. 凝聚力(群體感、參與感)	3
18. 歸屬感(心中寄託)	3
19. 溫馨	3
20. 週遭變的不同(世界變得美好)	2
21. 身體狀況(精神)變好	2
22. 不覺得枯燥(不厭其煩)	1
23. 值得	1
24. 驚訝	1
25. 驚嚇	1
26. 害羞	1
27. 生氣(憤慨)	1
28. 無聊(不從事活動時)	1
29. 累	1
30. 忍受孤獨	1
31. 新鮮感	1
32. 希望感	1
表現熱情的想法	
次數	
1. 期待(事情發生及再發生、完美、肯定、對方開心、自己的表現、別人一起變好、看到目標)	27
2. 想出解決方法(破關、表現得更好的方法)	5
3. 勾起回憶	2
4. 忘記時間	2
5. 覺得自己是重要的(被關心的)	2
6. 不怕死	2
7. 期待不可能的事情發生	2
8. 文思泉湧	1
9. 察覺自己進步	1
10. 正面想法	1

11. 與他人交換想法	1
12. 不覺得浪費時間	1
13. 重複想起	1
14. 模擬事件	1
15. 作夢夢到此活動	1
16. 忘記憂慮	1
17. 不希望結束	1
18. 反省	1
	1
表現熱情的態度	
	次數
1. 積極(盡力表現)	16
2. 專注(熱衷)	11
3. 與活動融為一體(榮辱與共、有難同當、視之為生活一部分、產生共鳴)	10
4. 堅持(不放棄、不逃避)	8
5. 追求完美	7
6. 喜歡此活動(有價值的、認同感)	7
7. 幽默	7
8. 負責(賦有使命)	3
9. 心甘情願	3
10. 感激	3
11. 看別人笑話	2
12. 對他人態度變好(親切、不予刻板印象)	2
13. 開放(活躍)	1
14. 耐心	1
15. 支持	1
16. 冒險精神	1
17. 認真(用心)	1
18. 主動	1

表 3. 有熱情的人會表現出的行為、感受、想法、態度。

表現熱情的行為		次數
1. 付出／犧牲(金錢、時間、體力、娛樂)		12
2. 誇張舉動(大叫、大笑、大聲說話、哭泣)		12
3. 微笑		12
4. 影響他人(行為、情緒)		10
5. 易與人相處(人緣好)		10
6. 重複／持續行為		9
7. 分享		8
8. 擁抱、親吻		7
9. 想去的慾望(優先性)		6
10. 不易拒絕別人		6
11. 投入活動		5
12. 身體擺動(肢體行為較大)		5
13. 善於言詞		5
14. 助人行為		3
15. 設定目標		2
16. 事先計畫		2
17. 有效率的行為		2
18. 合作		1
19. 勇於嘗試(表現)		1
20. 表現情緒(想法、能力)		1
21. 搞笑(開玩笑)		1
22. 異於常人的舉動		1
23. 行動力高		1
24. 眼神注視		1
25. 有創意的行為(給人驚喜)		1
26. 樂於學習		1
27. 行為適可而止		1
28. 說服他人參與		1
表現熱情的感受		次數
1. 有活力(精力旺盛、有精神)		29
2. 喜悅(高興、快樂、好心情、愉快、開心、雀躍、滿足、幸福)		19
3. 興奮(high、亢奮、熱血沸騰、心跳加速)		10
4. 享受(盡興)		6
5. 情緒起伏大(易感)		6
6. 成就感		3
7. 溫暖		3

8. 不覺得辛苦	3
9. 週遭變的不同(世界變得美好)	2
10. 瘋狂(不顧一切、激動)	2
11. 新鮮感	2
12. 忘我(神馳感)	1
13. 感動	1
14. 值得	1
15. 緊張(焦慮、害怕、擔心)	1
16. 不覺得枯燥(不厭其煩)	1
17. 忍受孤獨	1
18. 好玩(有趣)	1
19. 爽(棒、發洩的快感)	1
表現熱情的想法	次數
1. 正面想法(價值觀)	10
2. 期待(完美、自己的表現)	8
3. 想出解決方法(破關、表現得更好的方法)	4
4. 有理想	2
5. 接納他人想法	2
6. 重複想起	2
7. 自我覺察	2
8. 深入了解此活動	1
9. 覺得自己是重要的(有價值)	1
10. 有主見	1
11. 不許他人侮辱此活動	1
12. 察言觀色	1
表現熱情的態度	次數
1. 積極	40
2. 開放(活躍、活潑)	20
3. 承擔(錯誤、困難、挫折、挑戰)	20
4. 堅持(不放棄、不逃避)	16
5. 樂觀	16
6. 專注(熱衷)	15
7. 親切、關心他人	14
8. 主動	11
9. 充滿興趣(熱忱)	9
10. 大方	9
11. 自然(直率)	7
12. 認真(用心)	6

13. 包容(豁達)	5
14. 熱愛生命(生命有意義)	5
15. 有吸引力的	5
16. 自信	4
17. 熱心	4
18. 好奇	3
19. 心甘情願	3
20. 幽默	2
21. 耐心	1
22. 喜歡熱鬧	1
23. 尊重他人(自己)	1
24. 認同感	1
25. 負責	1

表 4. 熱情與激情的差異

熱情		激情	
1. 持續	26	1. 短暫	38
2. 理性(節制)	20	2. 不理智(衝動、失控、跳脫規範)	34
3. 情感強度強	2	3. 情感強度極端(情緒化)	19
4. 正面積極的	13	4. 負面的(危險的、刺激的)	11
5. 特定目標	10	5. 受情境(狀態)影響	6
6. 穩定的個人特質(偏好、態度)	10	6. 產生強烈行為	1
7. 基於自主意願(付出與成長)	5	7. 基於新鮮	11
8. 感情的	5	8. 與性相關	7
9. 心理的	1	9. 身體的(感官刺激)	6
10. 經過思考	3	10. 經過思考	2
11. 感性的	1	11. 感性的	5
12. 一般關係	4	12. 特定關係	1
13. 促使人不斷去做(投入、付出)	4	13. 需立即滿足	3
14. 精緻(深入)	3	14. 結束後空虛(差異大)	2
15. 面對困難	1	15. 遇到困難退縮	1
16. 民主	1	16. 民粹	2
17. 感染他人	2	17. 忘我的	
18. 得到進步	1		

表 5. passion 的中譯

名稱	次數
熱情	68
激情	14
熱忱	23
熱心	0